

*Материал подготовила: Кашапова Е.М., педагог-психолог
г. Краснодар «Центр-детский сад № 199»*

Консультация для родителей

«Формирование адекватной самооценки у детей дошкольного возраста».

Самооценка ребенка — индикатор успешности во взрослой жизни. Психологи утверждают, что правильно сформированная оценка личных качеств, как внешних, так и внутренних, обеспечивает счастливую жизнь. Существуют определенные этапы формирования самооценки у детей дошкольного и школьного возраста. Чтобы она была адекватной, родителям стоит уделить внимание ее развитию и коррекции, если это будет необходимо.

Говоря простым языком, детская самооценка – это уровень самостоятельной оценки самого себя. У каждого человека есть определенный набор качеств, и второго такого набора нет ни у кого, даже при наличии близнеца. В раннем возрасте самооценка очень хрупкая и меняется по несколько раз в зависимости от обстоятельств. Самооценка человека безупречна лишь при рождении, а о том, какой она будет потом, должны позаботиться родители и ближайшее окружение.

Детская самооценка формируется благодаря суждениям взрослых, а именно родителей и учителей. С самого рождения малыш не имеет представления о том, как себя вести, — важную роль играет воспитание. Малыш обращает внимание на оценки взрослых, на их реакцию и изо всех сил стремится не разочаровать.

Нужно дать понять своему чаду изначально, что мир не идеален и что он не может знать и уметь все. Помогите ему раскрыться и обнаружить свои таланты. Каждый человек талантлив по-своему, и от родителей зависит, как сложится его судьба. Малыш обращает внимание на свою внешность и сравнивает себя со сверстниками, не упустите этот момент и не дайте ему обзавестись комплексами.

1 ЭТАП – ОТ РОЖДЕНИЯ ДО 18 МЕСЯЦЕВ

Трепетный этап, выстроенный на внутренних ощущениях и тактильном контакте. У новорожденного формируется доверие к окружающему миру через заботу и опеку родителей. Появляется первая в жизни привязанность и малыш уже отдает предпочтения в общении. Все это строится на бессознательных инстинктах, но все же вы замечали, что к одним малыш охотно идет на ручки, а при виде кого-то может расплакаться.

Сила маминых объятий невероятна и способна на многое. Адекватная самооценка формируется в том случае, если родители позитивно оценивают малыша. Естественно, новорожденный не поймет, если вы ему это скажете

напрямую, он различает только эмоциональную оценку: добрый взгляд, объятия, мягкие прикосновения, добрый и спокойный тембр голоса.

2 ЭТАП – ОТ 1,5 ДО 3-4 ЛЕТ

В этом возрасте малыш становится невероятно любознательным и активным. Ему интересно абсолютно все, и от того, как на его интерес реагируют родители, зависит формирование самооценки. Не стоит все критиковать, дайте шанс почувствовать себя самостоятельным. Конечно, вы можете контролировать ситуацию, но делайте это деликатно. Сейчас все в руках родителей: автономным или зависимым человеком вырастет ваш ребенок — зависит только от вас. Малыш уже в состоянии понимать, что ответственность за совершенные поступки лежит на нем, а не только на родителях. Только ни в коем случае не давайте оценку личности в случае неудачной попытки. Возможно, стоит попытаться снова или просто этот поступок плохой и его не следует повторять.

3 ЭТАП – ОТ 4 ДО 6 ЛЕТ

В младшем дошкольном возрасте дети начинают пристальнее присматриваться к себе и к своему месту в обществе. Например, думают о том, сколько друзей в детском саду и почему кто-либо не хочет дружить. Малыш ищет причины происходящего в себе. Допустим, старший брат сегодня не в духе и поругал младшего. Малыш не понимает, что он сделал не так, но все же ищет причины в себе. В такие моменты важно, чтобы объяснение этому поступку дали взрослые, что у брата всего лишь плохое настроение, но он с любовью относится к младшему и любит его. Подумайте о том, не слишком ли много ограничений вы установили, и есть ли у детей возможность проявлять инициативу.

Адекватная самооценка формируется если:

- родители уделяют ребёнку достаточно времени,
- наказывают в виде отказа от общения,
- адекватно оценивают физические и умственные данные.

Дети с адекватной самооценкой

- анализируют результаты действий,
- пытаются выяснить причины неудач,
- общительны и дружелюбны, - настойчивы в достижении цели.

Дети с завышенной самооценкой:

- очень подвижны и не сдержаны,
- быстро переключаются с одного вида деятельности на другой,
- часто не доводят начатое дело до конца,
- не анализируют свои поступки,
- склонны к демонстративному поведению.

Заниженная самооценка формируется, если:

- родители уделяют ребёнку очень мало внимания,
- не поощряют,

- часто наказывают, упрекают,
- низко оценивают физические и умственные данные ребёнка.

Дети с заниженной самооценкой:

- готовы расплакаться в любой момент,
- тревожны, не уверены в себе.

Рекомендации по формированию адекватной самооценки.

1. Не изолируйте ребёнка от домашних дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не по силам. Хорошо если ребёнок выполняет доступные ему задания и получает удовольствие от сделанного.
2. Не перехвалите ребёнка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Помните – похвала, также как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
3. Не забывайте поощрять и других детей в присутствии ребёнка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребёнок может также достичь этого.
4. Не сравнивайте ребёнка с другими детьми и с собой.
5. Не допускайте негативной реакции действий ребёнка, нельзя говорить «Ты не умеешь рисовать, строить и т.д.» В этих случаях ребёнок не может сохранить побуждения к данному виду деятельности, утрачивает уверенность в себе.